

浅谈积极心理学在辅导员思政教育工作中的应用

郭珂

(南阳师范学院 473000)

摘要: 随着时代的发展, 传统心理学衍生出了积极心理学, 在各个领域内都得到了应用, 且都有不错的表现, 目前积极心理学在高校中也得到了实践和应用。高校辅导员除了需要完成日常的教学工作和行政工作外, 还需要重视思政教育以及学生心理健康教育等工作, 在思政教育中应用积极心理学, 是教育领域的一个趋势, 对于提高辅导员工作效率和教育水平具有一定的优势。

关键词: 积极心理学; 高校; 辅导员; 思政教育工作

On the application of positive psychology in the ideological and political education of counselors

Guo Ke

(Nanyang Normal University 473000)

Abstract: With the development of the times, positive psychology has been derived from traditional psychology, which has been applied in various fields and has performed well. At present, positive psychology has also been practiced and applied in colleges and universities. In addition to completing the daily teaching and administrative work, college counselors also need to pay attention to ideological and political education and students' mental health education. The application of positive psychology in ideological and political education is a trend in the field of education, which has certain advantages for improving counselors' work efficiency and education level.

Key words: positive psychology; Colleges and universities; instructor; Ideological and political education

引言:

在高校中, 辅导员是与学生联系最为密切的人员, 与大学生亦师亦友, 需要对学生的学习成绩负责, 在开展思政教育工作的同时需要考虑到学生的心理健康, 因此辅导员的责任心非常大。与传统的思政教育工作相比, 积极心理学的融入可以在很大程度上走进学生的内心, 以学生作为主体, 使学生可以更加积极乐观地面对人生。同时正是由于积极心理学在思政教育中的优势很明显, 所以在许多高校都得到了应用, 并且取得了很好的效果, 辅导员在应用积极心理学时, 一定要根据学生的实际情况灵活变通, 充分发挥积极心理学的优势, 提高工作效率和思政教育水平。

一、积极心理学的相关概念

积极心理学是在传统心理学的基础上衍生和发展出来的一个心理学概念, 在许多行业内都得到了应用, 与传统心理学相比, 这种心理学概念在日常生活和教学中都是以积极、健康、阳光、向上的心态来面对问题和挑战。随着时代的发展, 社会经济的节奏逐步加快, 人们的经济压力、升学压力、生活压力、工作压力等逐步加大, 在这种趋势下, 积极心理学就逐渐走进了大众的视野, 这个心理学概念在应用的过程中可以改变人们的戾气, 减轻整个社会的压力, 使人们以积极、健康的状态面对人生, 对于整个社会的良性发展是非常有益的。

二、在高校辅导员思政教育工作中应用积极心理学的必要性

1. 可以有效推进高校的思政教育工作

高校对于思政教育工作是非常重视的, 但是在重视的同时许多高校也容易用力过猛, 容易产生许多问题, 很多时候容易走进死胡同, 导致整个工作陷入停顿和僵局。在这种情况下, 积极心理学的作用就体现了出来, 作为一种新型学科, 积极心理学可以很有效地

推动高校思政教育工作的进行。首先, 积极心理学的融入会顺利地帮助思政教育工作摆脱当下的困局, 推动高校进行思政教育体系改革; 第二, 积极心理学可以改变高校陈旧的理念, 让整个高校都萦绕在一股积极创新、锐意进取的氛围中, 可以有效地破除这一工作中僵化的部分。此外, 积极心理学还可以让高校对学生的心理思想动态有一个更深层次的认知和了解, 从而可以更科学地制定下一步的思政教育方案, 从而取得更好的成绩和效果。并且积极心理学还可以有效拉近辅导员和学生之间的距离, 加大辅导员和学生之间的交流与沟通频率, 使辅导员在完善思政教育体系的同时拉近师生距离。

2. 有助于培养学生积极乐观的心态

随着时代的发展, 社会环境越来越复杂, 越来越趋于多元化, 在多种因素的作用下, 许多大学生的心态都发生了变化, 价值取向逐渐偏离, 心理问题越来越严重, 不管是就业压力还是学业压力都让学生觉得十分窒息。在高校思政教育工作中, 辅导员需要重视起这一问题, 把学生的心理健康放到一个比较重要的地位上, 因此积极心理学的作用就体现出来了, 积极心理学可以打破传统思政教育的限制, 给学生提供一个正面引导, 改变学生的思考模式。在积极心理学的影响下, 学生会树立一个正面、积极、健康的心态, 在遇到问题时, 学生可以抛弃传统的学生思维, 学会自己去了解和解决问题, 以后到了社会上, 也可以积极勇敢地面对人生中的困境, 成为一个对社会有用的人。

3. 可以帮助高校确定思政教育工作重难点

随着时代的变化, 许多大学生的择业观都发生了较大的转变, 这种转变是微妙的、细致入微的, 辅导员很难察觉, 有了积极心理学的帮助, 辅导员可以有更多的时间与学生沟通和交流, 可以更细

致地了解学生在择业和学业上的看法,从而根据学生的想法来确定自身思政教育工作的重难点。此外,积极心理学还可以帮助辅导员树立更加科学高效的工作方法,使学生树立自身的个性,可以健康地成长,并且积极心理学可以打破辅导员和学生之间的隔阂,使师生之间互相更加依赖,彼此的交流也向着更高层次的思想和情感转变。此外,辅导员也可以在和学生的交流中找出自己在工作上的不足,从而扬长避短,加以改进,提高工作效率和工作质量。

三、目前国内高校在思政教育工作上存在的问题

1.思政教育工作的教育效果不尽如人意

在高校中由辅导员开展思政教育工作,可以在一定程度上促进学生形成健全的人格,为学生的学习和以后的择业形成良好的基础。但目前国内高校中的思政教育工作普遍存在着实效性不足的问题,无法起到良好的教育效果,反而很容易引起学生的抵触情绪,许多学生都认为这只是形式主义,这种情况可以说与思政教育工作的初衷相反。

2.思政教育工作的创新力度不足

许多高校的思政教育工作都十分古板和陈旧,不仅是开展方式古板和陈旧,更多的是思想观念和教育理念陈旧,观念上的陈旧导致思政教育工作缺乏创新和变通,方式、力度、内容等都不够新颖,无法跟上时代的变化。在这种陈旧、古板的环境下,许多辅导员开展的思政教育工作都无法与学生的需求相结合,学生在课堂中的体验感较差,能够学到的内容也没有多少,无法达到既定的教育目标。虽然近几年已经有许多高校紧跟教育步伐,开始对自身的思政教育工作进行创新和改变,但整体来看,创新力度仍然不足,许多高校只重视理论成果,不重视实践效果。并且许多高校都没能做到站在学生角度思考问题,提出的新政策和工作方针仍然无法满足时代的要求,从最终效果来看,仍然没能达到改革的预期目标。

3.部分学生自身存在一定的心理健康问题

在社会的快速发展下,许多学生都难以跟上时代的变迁,自身很容易出现心理问题,包括自我认知障碍、学业压力不适应、情绪障碍、人际关系障碍、经济压力型心理障碍等。这些心理问题会导致辅导员与学生的交流受挫,辅导员无法了解学生真实的心理想法,在一定程度上会影响到思政教育工作的最终成效。

四、在高校辅导员思政教育工作中有效应用积极心理学的建议

1.挖掘高校学生的优秀品质

积极心理学与传统教育理念最大的不同就是强调积极、阳光、健康的心态,强调学生个人的优秀品德,以学生强大的个人能力来面对和解决问题,这是积极心理学能被众多行业所应用的原因。辅导员一定要充分意识到这一点,在日常的思政教育工作中利用这一点原理,改变自身传统的思政教育理念,充分发掘出学生的个人品质并使其发扬光大,让学生从根本上了解自身的能力,不管面对任何问题都能做到胸有成竹。辅导员可以以积极心理学为基本理论基础,在教学和课堂中转变思路,让学生变成受教育的主体,使学生可以主动来接受思政教育。此外,辅导员也可以经常与学生进行谈心,引导学生树立自己对自己的信心,并对自己有一个明显清晰的认知,从而可以顺利明确未来的发展方向,不管是学业还是未来的就业都会清晰可见。比如辅导员可以举办一个比赛,让大家自己说一下自己的优点和缺点是什么,让学生在展示自身的同时查漏补缺、

取长补短,这种活动可以极大地锻炼学生的表达能力,使学生更加自信和成熟,在毕业进入职场后可以快速适应职场上的环境。

2.引导学生建立良好、积极、健康的心态

辅导员进行思政教育工作的一个主要目标就是让学生建立良好的心态,在应用了积极心理学后,辅导员可以采用更加科学合理的思政教育方式,引导学生建立一个积极、阳光、向上的心态,用这个心态去面对学业上的困难和以后人生中的挫折,这个心态将使大学生在一生中受用无穷。辅导员可以利用多媒体技术和互联网技术多为学生提供观看一些正能量的影片或者视频,比如《阿甘正传》《霍金传》等,通过这些影片来引导学生建立坚韧不拔的品格,在无形之中提高学生的个人能力,达到良好的教育目标。

3.加强思政教育团队的建设

高校思政教育工作并不是一成不变的,会随着很多因素做出调整和改变,高校的辅导员要不断提高自身的思想政治素养,提高自己对积极心理学的研究和了解,可以建立一套属于自己的教学方法和教学特色。在开展思政教育工作时,辅导员需要根据国家和高校的政策变化及时调整思政教育形式和教育方法,使思政教育水平不断提高,可以符合国家和高校在这方面的要求,为国家培养出更多符合要求的人才。此外,高校也需要重视起这一工作,建设一套完整有效的人才培养体系,不断加强思政教育团队的整体水平,在辅导员进行思政教育工作时,高校需要作为后盾,为辅导员提供相应的支持,并完善学校内的思政教育团队,使学生的个人能力可以不断提高,从而成为对社会有用的人才。

结束语:

积极心理学是一个新型的心理概念,鼓励人体树立一个良好、积极的心态,从而面对人生中的困难和挑战。高校大学生的思政教育是提高大学生思想水平、保障大学生心理健康的重要工作,目前国内高校在开展这一工作时存在许多问题和困境,高校辅导员需要充分重视起这一工作,将积极心理学与思政教育工作相融合,引导学生发掘自身的优点,建立良好的品质和心态。在工作形式、工作内容上加以创新,在改善大学生心理健康状况的同时提高学生的个人素质,使学生可以坦然面对学业、就业、人生中的种种压力。

参考文献:

- [1]滕漳红.积极心理学在辅导员思政教育工作中的运用[J].公关世界,2021(20):145-146.
 - [2]王正强.论积极心理学在高校辅导员思政教育工作中的应用[J].现代职业教育,2021(04):230-231.
 - [3]盛伟男.积极心理学在高校辅导员思政教育工作中的应用[J].传播力研究,2019,3(09):193.
 - [4]丁超君.积极心理学在辅导员思政教育工作中的应用探析[J].考试与评价,2018(07):93-94.
 - [5]胡会丽,董梦佳.浅谈积极心理学在辅导员思政教育工作中的应用[J].新校园(上旬),2017(03):142.
 - [6]严苏丹.积极心理学在辅导员思政教育工作中的应用[J].宁波工程学院学报,2016,28(04):120-125.
- 作者简介:郭珂,女,河南南阳,汉,出生年月:1992.07,硕士,助教,研究方向:思想政治教育。